

おらが村の粉料理

きのこピザ

新田地区食生活改善推進員



★材料（4人分）★

- ピザ生地
 - 強力粉 120g
 - ドライイースト 小さじ2/3
(予備発酵のいらぬもの)
 - 砂糖 大さじ1/2
 - 塩 小さじ1/3
 - 牛乳(室温の物) 80gくらい
 - バター 5g
- 具
 - エリンギ 60g
 - しめじ 60g
 - しいたけ 2枚
 - ピザソース(市販品) 適量
 - ピザ用チーズ 70g
 - パセリ 適量

★作り方★

○生地の作り方

- ・材料の混合
- ①ボールに強力粉を入れ、中心をくぼませてドライイーストと砂糖、塩を入れ牛乳は半分くらい入れて、木じゃくしてまわりの粉を少しずつ取り込みながら混ぜ合わせ、やわらかさをみて残りの牛乳を入れ、ひとまとめにしていきます。
- ・材料をこねる
- ②①にバターを少しずつ加え、手にべとつかなくなるまでよくこねます。
- ・生地たたきつけ
- ③薄く打ち粉をした台に②を取り出し、たたきつけます。生地の面をそのつど変えながら、何回かたたいてなめらかで弾力のある

- 生地を作ります。
- ・生地を丸める
- ④生地のなめらかな面を出すようにして丸くまとめ薄く粉を振ったボールに入れ、暖かいところにおきます。
- ⑤ラップをして2時間置き、その後等分しビニール袋に入れ空気が入らないようにして、さらに20分くらいおきます。
- ⑥台に軽く打ち粉をし、(クッキングシートを敷いた上で行うと打ち粉なし) ⑤を麺棒で直径20cmくらいの円にのばします。
- ⑦⑥のふちを少し残し、ピザソースをぬって具をのせ、全体にチーズをのせます。
- ⑧⑦を下段に入れ、オーブンを予熱なし220℃で約20分くらい焼きます。
- ⑨好みでパセリのみじん切りを添えます。

たかやまの文壇(文化協会俳句部)

【三月句会】

気の強く耐えてあれかし母子草
いのちだけ着の身着のままつくしんぼ
春暁の夢より覚めし疲れかな
地震の地に春の雪降る無常かな
地獄絵のような惨状春津波
給油待つ車列ながなが雪無情

春一番下校の子等の靴軽く
剪定の夫婦の声の弾み来る
救援の到着届けて春日暮れ
計画停電といふ事態くる国の春
山路来て四万山話鳥交る

春梅雨友の香残る傘を借る
春光をほしいまゝなり大浅間
独活の芽やスカイツリーにいずこまで

生きのこる父と子と見る鯉のぼり
芋植えて余震又来る疲れかな
聞き流すことも良かり万愚節
いかげんに地震よ静まれ桜咲く
復興へのちつなげて桜咲く

極楽の入り口はここ花御堂
右手母左手父に入園児
甘え子になつて帰りぬ入園児
無情なる余震つづきぬ四月ばか
つくしんぼ余震も知らんとつんと伸び

お分れ会思い思いに初音かな
だんこうばい山路に咲きてさみしかり

昭典
あきを
良郷
幸子
耀子
一哉
幸子